

I-2-5 FICHE DESTINÉE AUX PERSONNES PRENANT EN CHARGE DES SANS-DOMICILE FIXE

(Soignants en LHSS et LAM prenant en charge des adultes vulnérables en structures et aux EMA)

MESSAGES CLES

1. Deux risques vitaux liés à la chaleur peuvent être évités par une prévention simple :
 - a. **Risque d'épuisement/déshydratation.** La prévention passe par une augmentation des apports en eau et au maintien d'une alimentation normale ;
 - b. **Risque de coup de chaleur.** La prévention passe par mouillage de la peau et la ventilation.

2. Deux grandes actions à réaliser pour que la prévention soit efficace :
 - a. **Lutter contre l'isolement**
 - b. **Lutter contre l'ignorance**

3. Votre rôle avant l'été :
 - a. Lutter contre l'isolement à la rue :
 - i. Repérer les personnes les plus à risque
 - ii. Favoriser la création d'un réseau de « veille » autour d'elles, incluant le médecin traitant s'il existe, l'entourage social voire les équipes de maraude à qui les personnes à risque sont signalées,
 - iii. Etablir une liste des personnes ressources avec leurs coordonnées
 - b. Lutter contre l'ignorance :
 - i. Expliquer (si cela est possible) les recommandations pour le grand public à la personne. S'assurer de leur compréhension.
 - ii. Lister les endroits publics frais et les points d'eau potable à proximité qui seront accessibles pendant la période estivale, lui indiquer ces informations
 - c. Préparer la protection des personnes :
 - i. Leur procurer le matériel nécessaire à la mise en place des mesures de prévention individuelle
 - ii. S'assurer qu'elles pourront manger et boire sans difficulté. Enclencher une surveillance EMA si besoin
 - iii. Encourager à consulter le médecin traitant afin de personnaliser les recommandations si elles relèvent du droit commun

4. Votre rôle pendant une vague de chaleur
 - a. Lutter contre l'isolement :
 - i. Prendre contact tous les jours avec la personne.
 - ii. Vérifier le bon fonctionnement du « réseau de veille »
 - b. Lutter contre l'ignorance :
 - i. Se tenir informer du niveau de vigilance et s'assurer de sa transmission à la personne
 - ii. Rappeler et favoriser la mise en œuvre des mesures de prévention
 - c. Surveiller :
 - i. Vérifier que la personne boit, mange et se rafraîchit suffisamment
 - ii. Appeler la personne dès que vous sentez que vous-même êtes en situation inconfortable
 - iii. Agir rapidement en cas de signes d'alerte.

Qui sont les adultes vulnérables à la chaleur ?

- a. Les personnes ne pouvant transpirer normalement et donc à risque de coup de chaleur :
 - i. **Les personnes âgées** (moins de transpiration et moins de réflexe de protection à la chaleur du fait de l'âge),
 - ii. **Les personnes souffrant de maladies chroniques** (en particulier insuffisance cardiaque, maladie du cerveau, diabète et/ou prenant des médicaments notamment à visée psychiatrique).

- b. Les personnes à risque de ne pas boire et manger suffisamment
 - i. celles ne pouvant boire seules (personnes avec **handicap** physique ou mental, ...),
 - ii. celles sous-estimant leurs besoins (**problèmes psychiatriques...**),
 - iii. celles ayant des risques de pertes d'eau et de sel cumulées : sujets infectés et fébriles, diarrhées, vomissements, prise de diurétiques, **consommation d'alcool**.

Comment anticiper la lutte contre l'isolement ?

S'assurer du bien-être de la personne à la rue en diligentant une équipe EMA en cas de besoin.

Comment anticiper et mettre en place la protection des personnes en structures ?

AVANT L'ETE

Architecture et matériel en structures

- Vérifier la possibilité d'occulter les fenêtres pour éviter l'exposition au soleil (stores, volets, rideaux),
- Vérifier la possibilité de faire des courants d'air sans danger et sans nuisance pour la personne,
- Voir si un aménagement spécifique dans une pièce plus fraîche est envisageable,
- S'assurer du bon fonctionnement du réfrigérateur et du freezer ou congélateur (pour faire des glaçons),
- S'assurer de l'existence du « trousse canicule » : ventilateur (voire d'un climatiseur) en état de marche, brumisateur, thermomètre médical non frontal,
- S'assurer de la possibilité de se procurer facilement pain de glace ou sac de glaçons et de l'existence d'un pack d'eau de réserve,
- S'assurer d'une disponibilité en quantité suffisante de vêtements adaptés (amples, légers, en coton).

Organisation et fonctionnement à la rue

- Lister les endroits publics frais (galeries commerciales, cinémas, certains monuments historiques...) et des points d'eau potable à proximité et accessibles pendant la période estivale,
- S'assurer de la présence ou non de voisinage, de l'ouverture ou non des commerces de proximité et s'assurer du système prévu pour les courses alimentaires.

PENDANT UNE VAGUE DE CHALEUR

Lutter contre l'isolement

- Prendre contact tous les jours avec la personne en se rendant auprès d'elle ou en diligentant un tiers pour le faire,
- Vérifier le bon fonctionnement du « réseau de veille ».

Informier

- Suivre l'évolution des messages de mise en garde,
- Ne pas hésiter à de nombreuses reprises à rappeler les conduites de protection à adopter et à conseiller la personne en structures et à la rue.

Protéger et rafraichir en LHSS et LAM

- Fermer les stores, rideaux tant que la température extérieure est plus élevée que la température intérieure. Par contre, dès que la température extérieure baisse et devient inférieure à la température intérieure, ouvrir au maximum les portes et fenêtres et favoriser les courants d'air,
- Si la personne habite un appartement exposé à la chaleur, sans possibilité d'une pièce plus fraîche, organiser, si possible quotidiennement, une sortie dans un lieu climatisé,
- L'aider à se rafraichir par brumisation/ventilation (cf. fiche technique dédiée).

Surveiller

- Organiser la surveillance des personnes à risque en structures avec notamment :
 - un système d'évaluation de la consommation journalière d'eau (numérotation des bouteilles d'eau et indication du dernier niveau d'eau),
 - et des apports alimentaires surtout s'il existe plusieurs intervenants,
- Si possible pesée quotidienne.

Quels sont les signes à surveiller et quelle conduite adopter ?

Signes témoignant que la prévention est insuffisante

Signes	Signification	Actions à mettre en place
Un des signes suivants : <ul style="list-style-type: none"> • perte de poids, • crampes, • sensation de malaise/étourdissement au lever 	Déshydratation	Faire boire immédiatement même en l'absence de soif. Augmenter les boissons en maintenant une alimentation normale Diminuer ou arrêter les diurétiques le cas échéant après accord d'un médecin
Bien-être général en se passant les avant-bras sous un filet d'eau	Début de réchauffement du corps	Augmenter le mouillage et la ventilation de la peau

Signes témoignant d'un risque vital

Signes	Signification	Actions à mettre en place
Un des signes suivants : <ul style="list-style-type: none"> • maux de tête, • sensation de fatigue inhabituelle, • importante faiblesse, • vertiges, • malaises, • désorientation, propos incohérents inhabituels, • perte de connaissance 	Risque vital (déshydratation grave ou coup de chaleur)	APPEL DU 15 En attendant les secours, rafraîchir le plus vite possible : <ul style="list-style-type: none"> - soit coucher la personne et l'envelopper d'un drap humide (à défaut l'asperger d'eau), - soit au mieux lui donner une douche fraîche sans l'essuyer, - faire le plus possible de ventilation (ventilateur, courant d'air) - donner de l'eau fraîche si la personne est consciente et lucide - les médicaments contre la fièvre (PARACETAMOL, ASPIRINE) sont A EVITER dans cette situation car inefficaces et possiblement dangereux

POUR EN SAVOIR PLUS

- Fiches techniques pour tous
- Plaquettes et affiches INPES résumant les principaux messages :
 - Dépliant « La Canicule et nous... comprendre et agir »
<http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1027.pdf>
 - Affiche : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1028.pdf>

Pour toutes autres questions :

« canicule info service » (0 800 06 66 66) du 01/06 au 31/08